



Editorial

Fundamentos da Saúde: Base da Atenção Plena

Esta edição da Revista Pleiade, Descomplica UniAmérica, dedica-se aos Fundamentos da Saúde, temática complexa que envolve não apenas um paradigma focado na ausência de doenças, mas também a presença inclusiva de bem-estar físico, emocional e mental, bem como social e ambiental. Embora os sistemas atuais de saúde tendam a enfatizar mais a cura de doenças em vez de prevenção e autonomia, estimulando assim, de certo modo, a dependência excessiva a profissionais, serviços e produtos de saúde. A presente edição inclui interessantes exemplos de que isso está mudando.

A autoconfiança e a curiosidade são fundamentais para tomar decisões informadas e relevantes sobre a saúde pessoal. Ao confiar em si mesmo e estar aberto a novas ideias e informações, as pessoas podem começar a questionar as convenções médicas e a buscar soluções mais eficazes para seus problemas de saúde. Isso não significa que os profissionais de saúde não sejam importantes, mas sim que as pessoas precisam assumir um papel mais ativo em relação à própria saúde.

O sistema de saúde atual muitas vezes é gerido mais por uma indústria da doença, que promove soluções rápidas em vez de um sistema dedicado a cuidados preventivos capazes de diminuir a necessidade de processos curativos. Assim, muitos se sentem pressionados a tomar medicamentos ou adotar procedimentos invasivos que podem ser desnecessários.

Isso significa entender que a maioria dos cuidados de saúde são projetados para lidar com crises e emergências, em vez de promover o bem-estar diário. Nesse sentido, o sistema estabelecido de saúde tende a enfatizar a cura de doenças em vez de promover autonomia em saúde e harmonia individual.

Assumir um papel ativo na saúde significa compreender que a maioria dos cuidados de saúde são projetados mais para lidar com crises e emergências quando comparado com a promoção e responsabilidade do bem-estar diário. Isso significa que as pessoas podem e precisam ser mais ativas se considerando a própria saúde, sendo questionadoras das convenções médicas e buscando soluções mais eficazes e permanentes para seus problemas de saúde.

Além disso, considera-se relevante a capacidade de se comunicar de forma eficaz com os profissionais de saúde e a tomar decisões informadas sobre sua saúde.

A saúde mais do que um conceito complexo é uma experiência que envolve não apenas a ausência de doenças, mas saber lidar com elas com atenção plena, de modo responsável, integrando as presenças de bem-estar físico e psicológico com papel ativo na saúde, buscando soluções eficazes para os problemas pessoais.

Esta edição inclui 10 contribuições relevantes que detalham aspectos relevantes e aqui mencionados, a exemplo de detalhar mecanismo de facilitação de mindfulness, ou qualificação da relação mente e corpo, co-

mo o artigo “Biofeedback HRV e Coerência Cardíaca: Abordagem Inovadora para a Promoção da Saúde Física e Mental em Diversas Populações”, de Coghi, Cracasso e Yamasita.

Os textos “O Uso da metodologia aprendizagem baseada em projetos na elaboração da ação educativa: SUS em Pauta”, de Malaquias et al., bem como o “O Impacto do Ambiente Familiar na Aprendizagem Escolar da Criança Pequena”, de Migliorini e Lindino, e o “Inclusão Escolar e Necessidades Alimentares Especiais: Diversidade e Desigualdade no Atendimento da Condição Celíaca”, de Paula et al., apontam a direção de soluções em ações de aprendizagem em questões relacionadas a sistemas essenciais como os de Educação e Saúde Pública.

Os artigos “Análise Sociodemográfica dos Transtornos Mentais e Comportamentais na Macrorregião Oeste do Paraná (2021-2024)”, de Barros et al., “Perfil Epidemiológico da Violência contra a Mulher no Município de Foz do Iguaçu, Brasil”, de Brito, Vieira e Lopes, bem como “Análise Epidemiológica de Sífilis Adquirida em Idosos no Município de Foz do Iguaçu-PR, Período 2014 a 2023”, de Silva et al., orientam que os problemas sociodemográficos e epidemiológicos, devidamente estudados, trazem soluções mais definitivas e permanentes, em contexto de lições manifestas através da sabedoria obtida pelos traumas vivenciados.

Por fim, as pesquisas “Idade Materna e Parto Prematuro Decorrente de Pré-Eclâmpsia/Eclâmpsia: Análise Descritiva”, de Brunning e Luz, “A Gamificação como Ferramenta de Aprendizagem em Saúde da Família”, de Pires Junior e Silva, e ainda “Identificação de Fatores de Risco para Diagnóstico Precoce de Câncer de Mama em Acadêmicas de Instituição de Ensino Superior”, de Bohnert e Barbosa, enfatizam o papel da criatividade, confiança e vitalidade, a partir de avaliar questões críticas como ancestralidade, com o cuidado do paciente e não apenas da doença.

Ficam os votos ao leitor interessado de excelentes leituras nesta edição da Pleiade, em novo tempo que se inicia de transparência em educação e saúde, no qual o que é ser humano volta a ser compreendido, por aqueles conscientes da atenção plena e dispostos a meditar com autonomia, superando o dualismo de escolher um lado e excluir o outro, de afastar em vez de incluir, a fim de construir em si mesmo a habilidade de integrar opostos, bem como paradoxos e contradições, e não apenas a fixidez no princípio da não contradição.

Antonio Pitaguari
Editor Executivo Revista Pleiade
antonio.pitaguari@gmail.com